

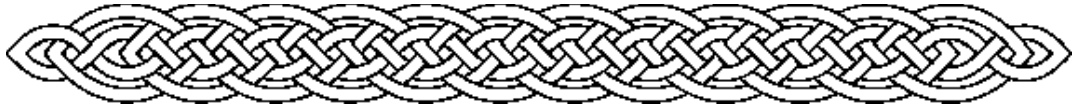
SPIRITUAL FORMATION

霊的形成について



Written and compiled by
Major Makoto Yamaya
2006 Fourth Edition
makoto.yamaya@salvationarmy.or.jp





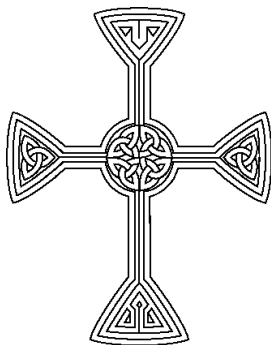
目 次

霊的形成について	2
霊的形成とは?	2
霊性とは?	2
霊的巡礼の旅とは?	2
霊的形成の助けとなるもの.....	6
個人の霊的な修養	6
人間関係における霊的な修養.....	7
グループでの霊的な修養.....	7
メンターリング	7
聖霊の賜物と召命	8
性格タイプ、傷、ライフステージと霊的成長.....	8
霊的巡礼の旅における「内省」と「社会的行動」の相互作用.....	9
創造的な祈り	10
共同体の祈り	11
24/7SA について	12
救世軍人による詩のセレクション—霊的形成を理解するために.....	15
「人間は生まれ変われるのか？」アルバート・E・ミンゲイ中將.....	15
「神の言葉」ジェンティアー・フェアバンク大佐補.....	16
「士官の息子」ロイド・キンズリー.....	16
「わたしの暗黒面」フローラ・ラーソン中將.....	17
「夫の死」エリザベス・ブラックウェル大佐補.....	18
「臨在」ウィル・J・ブランド.....	20
「先見者」キャサリン・ベアード大佐.....	21
主の祈りで祈るデボーションの手引き—個人の霊的な修養のために.....	22
霊的形成に役立つ信仰書.....	27
内的生活を養うことについて—ヴィクトリア・デヴァヴァラム大佐補.....	28
霊的に成熟した人?	36
付録・万国霊的生活委員会の報告からの抜粋.....	38
祈りのリゾース	40





霊的形成について



我が神 私はただあなただけを頼りに
人生の旅を続けます
昼も夜も変わらず王なる神よ
あなたが近くにいてくださるなら
何を恐れる必要がありません
コルンバヌス (AD543-615)

聖潔とは、他者である
ブラムエル・ブース (第二代大将)

霊的形成とは？

「霊的形成とは、聖霊が日々の生活の中で、神と他者とに対するあなたの関係を深めることにより、あなたをキリストの姿に似た者へと変革してくださることです。霊的形成は、個人的側面と共同体的側面を持ち、霊的な修養と共同体での礼拝によって成長させられ、また家族・職場・地域での人間関係を体験することによって成長させられます。霊的形成の結果として、クリスチャンとしての人格が成熟し、この世の中であって、キリストの臨在と愛を現実のものとして他者に示すことが出来るようになります。」

フラー神学校 ロバート・J・バンクス教授による定義

霊性とは？

「霊性とは、個人でありクリスチャン共同体の一員であるあなたが、神体験に成長し、神体験を表現して行くための、生き方のかたちです。霊的成長とは、あなたが絶えず意識して聖霊と共に歩むことによって、あなた自身が変革されることです。それによってあなたは、自分の存在のユニークさに気づかされると共に、キリストに似た姿へと形づくられて行きます。これは、あなたが神との親密な関係を意識して深めて行くことにより、進められます。」

サンフランシスコ神学校 キリスト教霊性講座による定義

霊的巡礼の旅とは？

霊的巡礼の旅とは、あなたの人生そのものです。あなたの人生において、あなたは世界にひとりしかいないユニークな存在として、しかも、キリストの姿に似た者として、神により形づくられて行きます。その旅は、あなたが生を受けた瞬間に、神によって始め

られました。今現在も、神はあなたを「神が望んでいるようなあなたの姿」へと完成するために、あなたの上に、中に、外に、絶えず働き続けています。霊的な成熟へと向かっていくあなたの旅は、次のように進んでいきます：

◆受精卵

あなたが生を受けたのは、偶然によるのではなく、宿命によるのでもなく、また、両親の願いによるのでもなく、神があなたという存在を愛し、求め、欲し、必要としたからです。

◆誕生

神があなたを必要としたので、あなたは誕生しました。しかし、あなたは、アダムとエバが犯した罪のために、墮落した人間としての罪深い性質をもって誕生しなければなりませんでした。そして、あなたが生まれて来た世界は、人間の罪のために傷つき、苦しみ、悩む世界でもありました。あなたは罪人です。しかもなお、あなたは神に必要とされている「尊い存在」です。（イザヤ 43：4）

◆父と母

神は、神の性質と愛を、あなたの「父と母」を通して、あなたに示そうとしました。父と母は、あなたを求め、欲し、必要とし、あなたの全存在を無条件に受け止めることによって、あなたに「神の愛」を伝える役目を果たしたのです。しかし、あなたの父と母もまた、墮落した人間としての罪深い性質をもっていたために、あなたを傷つけ、苦しみを与え、「神の愛」を歪んだフィルターを通して伝えてしまうことがありました。父と母からの拒絶は、傷となり、あなたの霊的形成に大きな影響を及ぼしています。

◆他者

誕生した瞬間から、あなたは「他者」のいる世界の真ん中に放り込まれたのです。あなたが最初に出会った他者である「父と母」は、あなたを無条件に愛し、ゆるし、受け入れることを通して、あなたに「あなたは必要とされている。あなたに生きて欲しい。あなたは生きてよいのだ」というプロトコール（人生の基本的な基盤）を与えました。この基盤に立って、あなたという存在が形づくられ始めたのです。

「父と母」に出会った後、あなたはもっとさまざまな「他者」と出会い、他者から影

響を受け、あなた自身がさらに、形づくられて行ったのでした。そのすべては、あなたが「あなた」になるための、ユニークな過程でした。

しかし、父と母から拒絶された人は、人生の基本的な基盤がゆらぎ、そのために、常に「生きにくさ」を感じ、自分の存在の根が宙に浮いているような、漠然とした不安感を覚えることがあります。

◆十字架

あなたは誕生したときから、墮落した人間の罪の性質をもって生まれたという、根源的な問題を抱えていました。また、あなたが誕生し、放り込まれた世界そのものが、墮落した人間の罪の性質のために傷つき、苦しみ、悩んでいる「歪んだ」世界でありました。この「罪の問題」を解決するために、神は救い主イエス・キリストを十字架につけられました。イエスの十字架は、あなたのすべての罪と過ちを赦し、神と和解させ、あなたが神と共に生きることを可能にさせます。あなたが、イエス・キリストを救い主として受け入れることが、あなたにとって、霊的巡礼の旅の最大の転機となります。

◆復活

十字架にかかり三日目に復活したイエスは、聖霊を通して、あなたの中に入り、あなたの中に住み、あなたを生かし、あなたの人生と共に生きてくださいます。神ご自身が、イエスにより、聖霊を通して、あなたの人生と一緒に生きる「人生の同伴者」となってくれるのです。あなたが、イエス・キリストを救い主として受け入れることにより、あなたは霊的巡礼の旅を、キリストの御霊と共に歩んで行くことになります。

◆いやし

あなたの中に生きて働く聖霊—それは、イエスの御霊でもあります—は、内側からあなたをいやし、あなたを健全な、あるべきあなたの姿へと、変革して行きます。この変革は、次のプロセスを含んでいます：

- (1) 自分の罪がまったく赦されたという内的な確信。
- (2) すべて赦され、すべて受け止められ、神の子として無条件に愛されているという内的な確信。
- (3) その確信が「新しいプロトコール」（人生の更新された新しい基盤）となる。
- (4) 最初の他者である「父と母」を、ゆるす決意をする。
- (5) 人生において自分を傷つけた多くの他者を、ゆるす決意をする。

- (6) 最初の他者である「父と母」を、理解し、受け入れる。
- (7) これまで人生において出会った他者を、理解し、受け入れる。
- (8) 他者によって受けた過去の傷もまた、自分を自分として形づくって来た要素であったことを、理解する。
- (9) 自分は、神によって罪をゆるされ、いやされ、神との交わりに回復されたが、まだなお未完成であり、今も神によってかたちづけられている途上にあることを、理解する。
- (10) 神が、自分を完成へと導くために、人生のさまざまな出来事や、さまざまな他者との出会いを通して、聖霊の働きにより、自分を変革し、神が望まれるような自分の姿」へと形づくってくださることを信じ、神に自分自身をゆだねる決意をする。
- (11) 他者との関わりが、自分の霊的な成熟に重要な意味を持つことを認め、他者との交わりに心を開き、傾聴し、わかちあいをし、他者を進んで理解し、受け入れ、愛することを決意する。
- (12) 神が、他者を霊的に形づくるために、自分を用いてくださること。その目的のために、神が自分に聖霊の賜物を与えてくださったこと。また、他者に仕えるようにと神が、ある特定の奉仕のかたちに自分を召していてくださることを理解し、認め、神の招きに対して応答し、自分自身を神に献げ、他者に仕える決意をする。

◆霊的成熟—全き者へ

あなたが、神が望んでいるようなあなたの姿」へと完成されることが、あなたの地上における人生の最終目標となります。その完成された姿を「イエスに似た者とされる」と言います。イエスは、他者を愛し、自己を捨てて、他者のために命をささげ、他者に仕えました。長い霊的巡礼の旅の果てに、あなたは、あなたもまたイエスのように、他者を愛し、自己を捨て、他者のために命をささげ、他者に仕える者へと、変えられます。そしてついに、あなたは、あなたを傷つけようとする他者から喜んで傷を受け、その受けた傷によって他者をいやすという、「イエスの十字架と復活の力」を現実には体現する者とされるのです。そのときあなたは、罪によって傷つき、苦しみ、悩んでいるこの世界をいやすために、神ご自身がイエスにより、聖霊を通して、あなたを用いてくださること。また実際に、神があなたによって、世界をいやされつつあることを、知るようになります。

□『わたしたちの信仰』pp. 123-124「健全さ、健康、癒し」 p. 40「愛・力・苦難」 pp. 82-83「原罪」、p. 86「神の恵みによる救い」、p. 94「すべての信者の死と命」、p. 113「継続す

る従順な信仰」、p. 119-120「生涯に亘る過程」、p. 133-4「キリストのからだ」、p. 137「集められた共同体」

霊的形成の助けとなるもの

霊的巡礼の旅—あなたの人生—において、あなたが霊的に成熟した者となるために、次のような、助けとなる方法や、役立つ仕組みがあります：

◆個人の霊的な修養（祈り、瞑想、想像、霊的確認、断食、沈黙、霊的読書）

祈り： 神との霊的な交わりを通して、あなたは変革されて行きます。それは、毎日おとうさんに接している幼子が、年月を重ねるうちに、だんだん父親に似た者になって行くのと似ています。

瞑想： 御言葉を読み、黙想する。神と対話する。ヴィジョンを見る。

想像： 神が与えてくださった想像力を使い、霊的な恵みを体験します。

「ぶどうの木」

「くびき」

「戸をたたくキリスト」

霊的確認： イエス・キリストの恵みによって「自分は何者であるか」を口に出して宣言し、霊的な確認をします。

「わたしはキリストにあって、あたらしく創られました」

「わたしは神の子。神はわたしの父、アバです」

「神はわたしの霊と心とからだとを完全に守ってくださる」

「わたしの罪はゆるされ、雪のように白くされました」

「生きているのはわたしではない。キリストがわたしのうちに生きている」

断食： 食物を断つ、あるいは、節食して、祈る。

沈黙： 数十分、数時間、半日、一日と時間を決めて、沈黙の中に過ごす。

霊的読書： 御言葉を学ぶことに加えて、有益・霊的な信仰書を読む。

◆人間関係における霊的な修養（傾聴、わかちあい）

霊的巡礼の共同体（教会）にあって、兄弟姉妹とわかちあいをすることが非常に重要です。他者の痛みや喜びや悲しみに、心を注いでひたすら聞き、相手の心を受け止め、共感する能力を養うためには、自らが「良い聞き手」となるための訓練を積み重ねなければなりません。

自分がしゃべることを止めて、ひたすら聞くことを通して、他者の弱さやユニークさを受け止め、理解することが出来るようになります。そのことを通して、聞く人は、自分自身のユニークさや弱さ、罪をもよく知り、理解し、他者の重荷を自分自身の重荷として受け止め、また、自分自身の重荷を他者に担ってもらうために、自分もまた進んで心を開き、自身を他者にゆだねることが出来るようになります。

しかし、ひたすら聞き手となることは、一方で非常なストレスをもたらします。ですから、兄弟姉妹（他者）からまったく離れ去って、しばらく孤独になり、ひとりきりで神の前に出る「退修」を定期的に行う必要があります。

◆グループでの霊的な修養（アカウンタビリティー・グループ）

アカウンタビリティー・グループとは、お互いの霊的成長のために、相互に説明責任を負い合う小グループのことです。年齢層・同性・似通った生活文化環境の仲間が3名から6名程度で週に一回集まり、過去一週間に自分が「どんな誘惑を受けたか」

「どんな過ちや罪を犯したか」 どのような行動や決断をしたか」 なぜそうしたのか」など、自分の霊的な状態について、すべてあからさまに話すという「説明責任」を負い合うグループです。そこで話されたことすべてを、お互いが受け止め合い、仲間の弱さを自分自身の弱さとし、仲間の誘惑を自分自身の誘惑とし、仲間の罪を自分自身の罪として、重荷を負い合います。そして、神に祈り、弱さの中に神の恵みが現されるよう祈り求めます。

□『わたしたちの信仰』p.138「教会（集められた共同体）は、癒しのために聖霊によって造られている」、『防国霊的生活委員会の報告』「共に生活する上での規制」

◆メンターリング（メンターによる霊的指導）

メンターとは、直接の利害関係・上下関係にない、自分より先輩・年配の熟練した経験を持った人のことです。そのような人に「メンター」（心の友）になってもらい、毎月数回会ったり、電話したり、メールのやりとりをして、その人自身の熟練した経験の中から霊的・実地的な助言をしてもらうようにします。メンターによって指導を

受ける人のことを、「メンティー」と言います。

また、自分と同年齢・同程度の経験を持つ「仲間」(ピア)同士がお互いに助言し合い、
支え合う「ピア・メンターリング」という方法もあります。

□『わたしたちの信仰』pp.138-139「教会(集められた共同体)は、育てるために聖
霊によって造られている」、『防国霊的生活委員会の報告』「共に生活する上での規制」

◆聖霊の賜物と召命

教会は、かつては互いに憎み合い、壁を作り合って敵対していた「他者」であるお互い
同士が、イエス・キリストの十字架と復活によって和解させられ、「ひとつのキリス
トのからだ」に結び合わされ、キリストの満ち満ちた身丈にまで豊かに成長して行く
ための、「霊的巡礼の共同体」です。この共同体にあつて、メンバーのひとりひとは、
聖霊の賜物を与えられ、その賜物を活用することによって、他者の霊的成長を助ける
ことが出来ます。この霊的共同体にあつては、ひとりひとりのメンバーが、他者の霊
的成熟のために生きると、それぞれの「召命」を神から与えられています。

自分に与えられた聖霊の賜物が何であるかを発見し、神から与えられた召命が何であ
るかを知り、神の招きに応答して自分自身を献げ、お互いがお互いに仕え合うとき、
他者の集まりである教会は、「キリストのからだ」として、その満ち満ちた身丈にまで
成長して行きます。

◆性格タイプ、傷、ライフステージと霊的成長

霊的巡礼の旅において、起こりがちな間違いは、だれか理想的なクリスチャンをモデ
ルに設定して、無理をしてそのモデルのようになろうとしてしまうことです。すると
それは、「自分ではないだれか」になろうとすることであるために、疲れ果てたり、失
望したりすることになります。

そうではなく、自分自身の性格のタイプを良く知り、自分の人格に大きな影響を及ぼ
した過去の傷をよく理解し、また、自分がライフステージのどの場所に現在位置して
いるかを理解し、その上で、成長させてくださる聖霊の導きを求めて行く必要があり
ます：

(1) 古典的な性格類型

「粘液質」 温厚・冷静・八方美人・ユーモア・二重人格

「多血質」 積極的・陽気・外交的・バイタリティー・単純

「胆汁質」 厳格・批判的・批評的・攻撃的・強い正義感

「憂鬱質」 消極的・否定的・内向的・まじめ・完全主義

(2) 過去の傷

祈りの中で聖霊に導かれながら、過去の傷となる体験を思い起こし、その場面を「映像」として思い浮かべます。その場面にイエス・キリストが共にいてくださり、共に痛みを受けていてくださる様子を想像します。このような祈りによって、過去の傷を、「自分の傷であり同時にキリストの傷でもある体験」として、自分にとって何らかの意味を見出すことが出来るようになります。

(3) ライフステージ

人間の心理的発達の中で、十代の思春期と、四十代初期が「精神的危機の時」となっています。この時期に多くの人が、自分の全存在が足元から崩壊するような危機的体験をし、そこを通ることによって、成熟し安定した自我を形成して行きます。この危機的体験は、霊的な葛藤や、霊的な暗闇の体験と重なりますので、自分がいまライフステージのどこに位置するかを理解するなら、自分が今現在経験している「つらい状態」にどのような意味があるのか知ることが出来、肯定的に受け止めることが出来ます。

◆霊的巡礼の旅における「内省」と「社会的行動」の相互作用

霊的巡礼の旅には、バランスが必要です。

すべての他者から遠ざかって、扉の内側にひきこもり、孤独になって、ひとり自分だけで神の前に出るという「内省」(リフレクション)が、バランスのひとつの極です。もうひとつの極は、積極的に社会の中に出て行き、自分自身の心の扉を開き、自分の身も心も他者への奉仕のために差し出すという「社会的行動」(アクション)です。この二つの極が、どちらか一方に偏っても、霊的に不健全な状態になってしまいます。「内省」と「社会的行動」とが、相互に行ったり来たりすることによって、バランスのとれた成長をすることが出来ます。

「社会的行動」には、教会での奉仕、職場での仕事、子育て、家事、高齢者介護、家族へのサービス、地域社会でのボランティア、NPO活動、社会的不正義に対する抗議行動、環境保護活動、だれかのメンターになること、だれかのためにピア・カウンセリングをすることなど、他者と社会に対するあらゆる関わりを含んでいます。他者と社会に関わって行くこと、その中で神に示されたことを他者と社会に対して行っていくことは、「召命」そのものであり、召命の内容と密接に関わっているものです。

「内省」のためによく使われる言葉が「退修」(トリート)です。もともとの意味は、敵前から完全に撤退するという意味で、日常生活の中での他者とのすべての関わりか

ら離れて、孤独になり、ひとり神の前に出て、黙想したり、祈ったり、賛美の CD を聞いたり、聖書や信仰書を読んだりして過ごします。

時間をバランス良く管理することによって、「内省」と「社会的行動」を相互に行ったり来たりさせることが可能になります：

- (1) 一日の中で：一日の中に何度か「内省」のときを設定します。

早朝・昼休み・午後 3 時・夕べ・深夜

- (2) 一週の中で：一週の中で何日か「内省」のときを設定します。

土曜日の午後・日曜日の夜

- (3) 一月の中で：第 3 土曜日は、まる一日「内省」のときとする。

- (4) 一年の中で：夏休みに一週間程度の「内省」のときをもつ。

- (5) 一生の中で：7 年ごとに「安息の年」(サバティカル・イヤー)をもち、長期休暇をもらって、数ヶ月の「内省」のときをもつ。

□『わたしたちの信仰』p.144「聖霊は使命のために教会を力づける」、万国霊的生活委員会『救世軍人への呼びかけ』

◆創造的な祈り

霊的形成のためには、言葉による祈りだけでなく、さまざまな創造的な祈りの方法を役立てることが出来ます。聖書には、神との交わりのために、「聖なる人たちが」次のような、さまざまな創造的な方法を用いていたことが示されています：

テントを張る
キャンドルをともし
香をたく
角笛を吹く
油を注ぐ
ラッパを吹く
旗をかかげる
行進する
叫ぶ
タンバリンをたたく
土や粘土で模型を作る
詩を書く
詩を朗誦する
踊る



パンを裂く
按手する
立ち上がって両手を挙げる
ひれ伏す

このような聖書に見る祈りを、現代に適用して、次のような創造的な祈りが試みられています：

歩行の祈り： 自分の家、近所、地域、町、都市、県、国を、歩きながら祈ります。 祈りの歩行」 祈りの行進」 祈りの巡礼」の三つのレベルがあります。

姿勢の祈り： 「ひれ伏す祈り」 握手の祈り」 ひざまずく祈り」 立つ祈り」
「手を挙げる祈り」 りずくまる祈り」 「按手の祈り」

アートの祈り： 「神様への手紙を書く」 祈りの絵を描く」 祈りの造形」

祈りの場所： 「祈りの部屋」 祈りのテント」 祈りの小屋」 祈りのコーナー」

祈りの壁： 詩、絵、手紙、写真、地図、祈りのカード、祈りのリクエストをはった「祈りの壁」です。

祈りのコンサート：さまざまな祈りの方法をみんなで一緒にする集会です。

以上の「創造的な祈り」を推進するムーブメントとして、現在救世軍の中で「24/7SAJ」（24 時間の連鎖祈祷）が進行中です。小隊や施設において「祈りの部屋」を開設し、併せて「祈りの歩行」 祈りのコンサート」を行います。これまで小隊の祈祷会に出席しようとしなかった 20 代から 30 代の若者たち、さらに、高齢の戦友たちも、新しい祈りに触れることにより、祈りのリバイバルを経験しています。

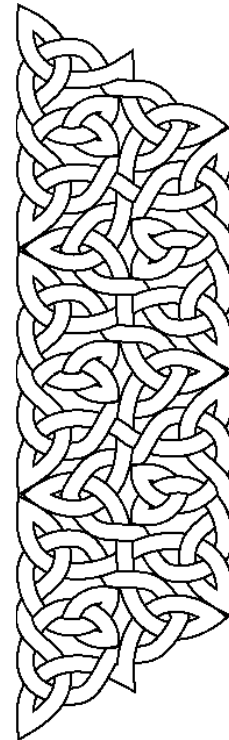
◆共同体の祈り

アルファコースを創始した英国国教会のブロンプトン聖三位一体教会では、祈祷部門担当のジェレミー・ジェニングズ師により、次のような新しい祈祷会が平日夜に行われ、多くの人々が出席するようになりました。創造的な祈りを自由に組み合わせることにより、平日夜に行われる祈祷会がワンパターンに陥らない工夫がされています：

次のような祈りを祈祷会の中で組み合わせて行います。

- ・ワーシップソングを用いた礼拝のとき
- ・示されたひとが立ち上がって祈る
- ・ひとりずつ順番に祈る
- ・2、3人ずつのグループに分かれて祈る
- ・全員が同時に声を出して祈る
- ・聖書の御言葉の約束を声に出して宣言する
- ・インタビュー形式で、ひとりのひとの祈りのリクエストを聞き、みんながそのひとのまわりを取り囲んで、とりなしの祈りをする
- ・教会と国の指導者のための祈り
- ・沈黙の祈り

The Church on its knees, p. 76.



24/7SA について

「24/7 祈りの運動」は、国や教派を超えた連鎖祈祷の運動です。ひとつのグループが一日 24 時間、一週間から一か月間の連鎖祈祷を実施し、それを次のグループへ、祈りのバトンを渡して行きます。

どのグループが、どの期間、どの場所で連鎖祈祷を行っているかは、公式ウェブサイト
でチェックすることが出来ます。URL <http://www.24-7prayer.com>

◆その目的

「ユースカルチャー（若者の文化）に大きな霊的うねりを生み出すこと」。

先進諸国の教会は若者たちを失い、急速に教勢を縮小しつつありますが、それと平行して、若者たちの中には食欲、悪、霊的渴望が増大しています。若者たちを獲得するために、教会に変革が必要です。「24/7 祈りの運動」は、祈りを活性化することによって、教会に変革をもたらすことを企図しています。何万人もの若者が「祈りの部屋」に集まって祈ることが、そのかけけるヴィジョンです。

24/7 祈りの運動は、ユースカルチャーに照準を明確に定め、地域、国、国際的なレベルでムーブメントを起こすことを狙っています。また、祈ることに困難を感じる人を励まし助けることを目標としています。『祈りの部屋』という創造的な祈りの方法を通して、若者たちは祈り方を学び、助けを受けることが出来ます。伝統的な言語による祈りだけでなく、アートを用いた祈り（詩・絵・造形）により、祈りの表現をすることが出来ます。青少年への伝道活動を開始する前に、祈りの準備段階において「祈りの部屋」を行うこともあります。

◆その方法

「祈りの部屋」を行うよう示されたグループが、ウェブサイトにおいて、祈りの期間、場所、時期を登録します。祈りの部屋の開設準備担当者を決めて、ウェブサイトから各種の準備資料をダウンロードし、それらを参考に、創造的なアイデアを用いて「祈りの部屋」をデザインします。通常、連鎖祈禱は日曜日の午後 8 時に開始します。

◆「祈りの部屋」の重要性

人々が、定められた時期に、定められた場所に集まって祈ることが、「24/7 祈りの運動」にとって重要な要素となっています。使徒言行録の冒頭にあるように、聖霊は、人々がある特定の部屋に集まって祈っているときに、力をもって臨まれます。力強い神の臨在が感じられる「祈りの部屋」では、時間がすぐたつように感じられます。1 時間が 10 分間のように思えたという報告もあります。祈りの部屋には創造的な装飾がなされ、若者たちが祈りたい気持ちになるさまざまな工夫がされています。

「祈りの部屋」の運営は、祈りの当番が責任を持って果たし、定められた期間の中でスケジュールを立て、順番に連鎖祈禱が受け継がれて行くようにします。みんながひとつの祈りの場所に集まることによって、共同体としての祈りの意識が高められます。祈りに対する答えを「祈りの壁」に書き出して、期間中に分かち合うことが出来ます。

◆参加する人々

「24/7 祈りの運動」は団体や組織ではありません。心を同じくする人たちによって拡大していくネットワークです。現在「24/7 祈りの運動」は、教会、学生グループ、ユースグループ、町の超教派の教会のグループ、社会福祉施設、大学、神学校、聖書学校で行われています。若者に照準を定めてはいますが、すべての年齢層の人々が参加しています。

「24/7 祈りの運動」は、1999 年 11 月に英国で開催された「文化的変動についての伝

道会議」で始められ、その後急速に各国に拡大して行きました。英国では、チチェスター市のレベレーション教会が「24/7 祈りの運動」を推進し、経理については、ソウル・サバイバー、サブライム、NGM、YWAM などの青年宣教団体から構成される運営委員会が責任を負っています。また、英国国教会から単立教会に至るまで、キリスト教界の幅広い指導者から助言を受けています。

◆24/7SA

救世軍では、それぞれの軍国のミッションチーム（若者への異文化間伝道を推進する伝道チーム）が運営主体となって、24/7SA という名称で救世軍独自の祈りのムーブメントを推進していますが、利用する資源は「24/7 祈りの運動」の本体と共有し、相互に提携しています。

◆祈りの部屋のセッティングに必要なもののリスト

- ☐ CD プレーヤー
- ☐ 音楽 CD（デボーション用のワーシップ曲など）
- ☐ 紙
- ☐ カラーペン・クレヨン・ボールペン・鉛筆・マーカー
- ☐ 聖書
- ☐ 詩（祈りの詩や信仰詩を印刷したペーパー）
- ☐ 各種デボーション雑誌・デボーションの本・信仰書
- ☐ 新聞の切り抜き（世界の事件や出来事、国々のために祈る）
- ☐ 世界地図・地球儀
- ☐ オペレーション・ワールドの小冊子（世界各国の国情と伝道情報が記されている）
- ☐ 分かち合いのためのノート（部屋を訪れた人のメッセージ用ノート）
- ☐ ポストカード（祈りや御言葉のカードや、アートのカード、フォトカード）
- ☐ キャンドル・消火用水バケツ
- ☐ ビデオとモニター（デボーション用ビデオを流す）
- ☐ 十字架
- ☐ 聖書を題材としたアート作品（絵、イラスト、各種素材の造形、生花、造花など）
- ☐ 祈りの掲示板（祈りの課題や祈りの言葉を張り出すための掲示板）
- ☐ クッション（床に座って祈る人のために）
- ☐ ソファ
- ☐ 模造紙（壁一面に模造紙を張り、祈りの絵を描くことが出来るようにする）
- ☐ 緊急呼び出し用電話番号表





救世軍人による詩のセレクション — 靈的形成を理解するために —

人生の転機。悲しみにより靈性が形づくられる「暗闇の体験」。人生の同伴者である聖靈の臨在など、救世軍人の詩の中から、靈的形成の理解に役立つと思われるものを選びました。

人間は生まれ変わるのか？

アルバート・E・ミンゲイ中將

人間は生まれ変わるのか？

かけられた呪いを解かれて

無数の退屈な人生のあれやこれやから

無駄に過ぎた時間、失われた昨日から

人間は生まれ変わるのか？

人間は生まれ変わるのか？

ひとに力が注がれると、心は生き返り

闇が閉ざす穴に、光が射し

牢獄の扉は、すべて開け放たれる

人間は生まれ変わるのか？



人間は生まれ変わるのか？

ひとの靈は新しくされ、キリストに捕らえられ

たちまち、強く、やさしく、堅固に、自由にされ

無条件の神の愛が、ほとばしり出る

人間は生まれ変わるのか？

人間は生まれ変わるのか？

世界のすべての人が、生まれ変わり得るのか？

望みのないひとすら、願いを託すなら

主のあわれみを、湯水のごとく使ってよいのか？

そうだ、その通りだ！

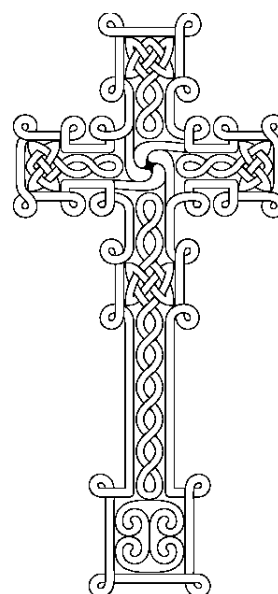
人間は、生まれ変わり得る！

PILGRIMS, p. 69.

神の言葉は、おいでになって
われらの間に、テントを張られた
われらの、みすぼらしいテント
そこで語られる、けしてやむことのない
上へ下へさまよい動く、人間の心のうちの
みすぼらしい言葉を
神の言葉は、聞いてくださった

PILGRIMS, p. 38.

ぼくは、いろんなレテッルを貼られてきた
牧師の子、聖書小僧、士官の息子
ぼくには、あなたのしるしが、つけられてた
あなたが選んだ仕事のせいで、お笑いぐさにされた
みんなが、あなたのことを聞きたがった
ぼくは、みんな本当にあなたに興味があるんだと思ってた
でも、今は知ってる
みんな、自分を守りたがってたんだ
なぜなら、あなたはすぐ説教したがりが
教えたがるひとだったから
ぼくは、ストイックな人間として育てられた
ぼくは、トンネルを掘って“この世”を覗き見た
そこには、闇しか見えなかった
ぼくは、あなたの救世軍に従った
でも、救世軍の神には従わなかった
ぼくは、救世軍の制服を着た
でも、着ることに誇りはなかった
しかし、光が、ぼくのトンネルに射し込んだ
ぼくの目は神に対して開かれ
神の軍隊に対して開かれた
今なら、あかしできる
あなたの息子として



たった一日を生きるだけでも
レッテルを貼られる千日
虐待される千年のように
感じていたけど
あなたの肩章と、あなたの宗教は
今や、ぼくの誇りのしるしとなった
あなたがやってきたことが
今や、ぼくのものになったんだ
ぼくは、永遠に、それを喜び
永遠に、それをやり続ける

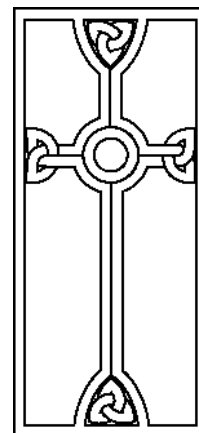
The Officer, Mid Year 2001, p. 62.

わたしの暗黒面

フローラ・ラーソン中将

主よ、暗黒面を持つのは
月ばかりではありません
わたし自身の性質の中にも、暗黒面があるのです
それを認めるのは、たやすいことではありませんが
事実として、あるのです
時に、美しい小石を拾い上げると
たくさんの、うじゃうじゃする虫たちが
あわてて隠れ場所を求め
逃げまどいます
考えると、憂鬱になりますが
わたしの潜在意識の奥底にも
醜悪な品性が、存在するのです
普段は、隠れおおせているものの

この事実を、直視させてください、主よ
ですが、主の臨在の中で、見させてください
なぜなら、あなただけが、わたしの秘密をご存知ですから
お願いします
あなたの贖いの愛が
心の深みにまでも達し
御心にかなわない一切を、除き去ってくださるように



最奥の場所までも、きよめてください、主よ
そうしてほしいのです

わたしの意識におられるように
神よ、あなたは、潜在意識にもおられる神
わたしが自分でも気付かないでいる、悪しき感情
それが、どれほど思考と行動を支配しようとも
あなたはそれを、きよめることがおできになる
きよめてください、主よ
悪しき感情からわたしを解き放つことができるのは、あなただけです
きよめてください、主よ、お願いします

MY GOD AND I, pp. 96-97.

夫の死

エリザベス・ブラックウェル大佐補

いや、けっこう
お祈りはしないでください
そういうのは、もうたくさん
今はそういうのは食傷気味なの

会えてとってもうれしいわ
わたしの悲しみ、悪夢、辛さを、ぜひ聞いてちょうだい
でも、どうか、こないだと同じようにしてらせてください
あのときはただ黙ってそばに座っていてくださった
それだけで、エネルギーと、あたたかみと、心地よさを
感じましたから

あなたのようすを聞かせてくれる？
仕事は上手く行ってるの？
なにか心配事は？
そういうのがあるってことは、まだ人生の舞台の幕が
降りてないしるしだわ
でも、わたしの人生の一番大切な場面は
すでに、終わってしまった



いいえ、だれもわたしの痛みを取り去ることなど
できやしない
むしろ、あなたはわたしの心をかき乱しただけ
わたしもしばらくは、そのことに気がつかなかった
あなたはただ、単純に、あなたでいてくれればいいの
そうしたら、わたしの心を静めてくれることができるのよ

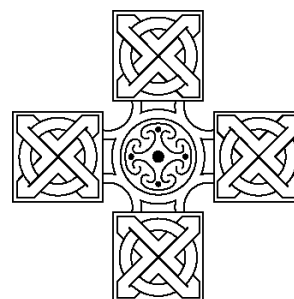
わたしの存在のまだ消え去っていない部分に
あなたは命を呼び覚ましてくれた
びっくりだわ
わたしは突然気がついて、空腹すらおぼえたぐらい
正直言うと、笑うことすら、思い出した

わたしのゆたかな人生は
傷つけられ
夫の死によって
失われてしまった
わたしの人格すらも、失われてしまった感じがする
もし生き続けなければならないのなら
失われたものなしでは、不可能だろうと思う

だから
わたしは、「わたしであること」を、やり続けることにした
年月がわたしに身につけさせてくれたことを
やり続けるわ

これは探検なのよ
サバイバルキットが効くかどうか、試してみるわ
わたしにはもう
家庭も、愛も、ロマンスも、おもしろおかしいことも
ふたりの交わりも、ない
「つばさを支える風」は、行ってしまった
でも、わたしにはまだ、つばさだけは、残っている
そう思う．．．

あなたが来てくれるということが



わたしにとって、どんな感じなのかというのは
まあ、だいたい、そんなところよ
あなたは、わたしにダンスを見せてくれて
食事につれて出してくれた

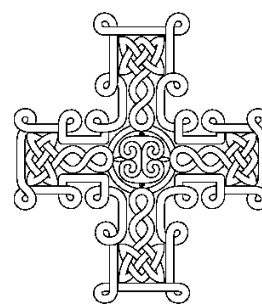
わたしは、これは、求め願って与えられたものじゃなく
天国からプレゼントされた恵みだと思う
わたしだけのための恵みです
感謝しています
ありがとう！

The Officer, June 2000 , p. 9.

臨在

ウィル・J・ブランド

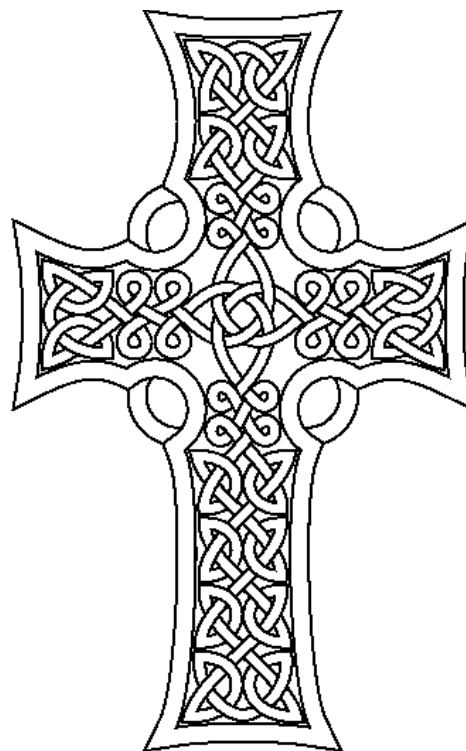
神の御霊よ！ この台所で
ささやかな祈りをささげます
どうぞあなたが共にいてくださるように
わたしは感じます、あなたがここに、共に立っていてくださることを
このようにして、これまでも、しばしばご一緒してきました
あなたは目に見えないお方
見えたなら、わたしはとても、平然としておれないでしょう
あなたは神ですから
生身の人間で、神の御顔を見た者はありません
あなたの臨在が、この台所を聖なる場所としてくださる
そして、人間の心が受け取れるあらゆる恵みを
与えてくださる
わたしが片付けなければならない日常のありふれた家事
つまらぬつとめすら、わたしは一人でやらずに済む
御言葉にあるとおり、一人にいるより、二人のほうが
はるかに良い
聖霊よ、あなたは、わたしの人生の同伴者、わたしの友
本当を言えば、あなたに来てください、とお願いする必要すらない
わたしは、あなたが住む家であり、あなたの神殿なのですから



WITH SWORD AND SONG, p. 103.

ただ、心低く、賢い者だけが
 幼な子の泣き声のうちに
 勝利の歌声を聴く！
 高ぶった目の持ち主たちは
 わらの敷かれたイエスの飼葉桶から
 すぐさま目をそらしてしまう
 しかし、全き目を持ち、きよき行いをする者らは
 聖なる光の戦車
 天の力を鎧とする騎士たちが
 毎時毎瞬、時を侵入するのを、見る
 彼らは、沈黙の祈りによって
 宇宙の最果ての星を越える大事を企て
 聖徒と罪人が神の恵みを要するあらゆる場所で
 神と会う

Reflections, p. 40.





主の祈りで祈るデボーションの手引き

— 個人の霊的な修養のために —

デボーションとは？

もともとは英語で「身も心もささげる」こと。転じて「心を注ぎ出す敬虔な祈り」という意味になりました。クリスチャン用語としてのデボーションは「奥まった自分の部屋に入って戸を閉め、隠れたところにおられるあなたの父に祈りなさい」(マタイ 6:6)とイエス様が教えた「神様との一対一の祈り」です。

三つのポイント

イエス様は「祈り」について、三つのことを教えてくださいました：

1. 「アバ父」に祈ること
2. 「主の祈り」を用いて祈ること
3. 「イエスの名前」で祈ること

アバ父への祈り

あなたは神様に祈るとき、どんな呼びかけかたをしていますか？ イエス様は父なる神に祈るとき「アバ」と呼びかけました。これは、アラム語の幼児語で「とーちゃん」とか「パパ」という意味です。

30 歳になるイエス様が、なぜ幼児語で「アバ」と祈ったのか？ そこには「神様の前では幼な子のようにになりなさい」というイエス様のメッセージがこめられています。小さな子どもが、大好きなお父さんの胸に飛び込んで行く……そんな気持ちでお祈りをしなさい、ということでしょう。

次の祈りでデボーションを始めたらどうでしょうか？

「おとうさま。祈るためにあなたのもとにやって来ました。あなたの子どもであるわたしの祈りを、聞いてください」

「主の祈り」で祈るデボーション

デボーションをしようとするとき、どういう順序で祈ったらいいのでしょうか？ いろいろな方法がありますが、ここでは「主の祈り」を用いたデボーションをご紹介します。

「主の祈り」を自分の言葉で祈る

まず心の中でゆっくりと「主の祈り」を唱えてみましょう。次に自分自身の言葉、文語体ではなく日常会話の言葉で、主の祈りを言ってみましょう。次のような祈りになるかもしれません：

「おとうさま。あなたの名前をほめたたえます。神の国が来ますように。神の心が天国で行われているように、地上でも行われますように。毎日の食べ物を与えてください。わたしに対して罪を犯したひとたちを、わたしはすべてゆるしました。ですから、わたしの罪もゆるしてください。わたしを誘惑にあわせず、悪魔の攻撃から守ってください。国と力と栄光とは、永遠におとうさま、あなたのものです。アーメン」

「主の祈り」によって祈り進む

「主の祈り」は七つのポイントから構成されています：

1. 父の名前を呼ぶ
2. 神の国を求める
3. 神の心を求める
4. 自分の必要を求める
5. 罪のゆるしを求める
6. 悪魔からの守りを求める
7. 父に栄光をささげる

この七つのポイントを順番に祈り進んでいきます。最初はひとつのポイントに1分間かけて祈ってみましょう。1分間では短かすぎと思ったら、好きなだけゆっくり時間をかけて祈ってみましょう。

それぞれのポイントで、具体的にどんな祈りをしたらよいのかを、次にご紹介します。

1分目「父の名前を呼ぶ」

天にましますわれらの父よ、御名をあがめさせたまえ

わたしたちの父である神様に向かって、親しく呼びかけます。「おとうさん」「ヒーちゃん」「パパ」「アバ」「父よ」幼な子が本当のお父さんに呼びかける気持ちで、呼びかけます。そして、聖書にあらわされた神の偉大な名前をひとつひとつあげて、心からほめたたえます：

ヤハウエ	あつてあるかた、創造者なる神
エロヒム	三位一体の神
エル・シャッドアイ	全能の神

エル・ロイ	見守ってくださる神
エル・エルヨーン	いと高き神
エル・オーラーム	永遠の神
エル・ガードール	大いなる神
エル・ハイ	生きている神
エル・ハツヌーン	恵み深い神
エル・ラフーム	あわれみ深い神
エル・カドーシュ	聖なる神
エル・マッカデシュ	わたしを聖めてくださる神
エル・ノーセー	罪をゆるしてくださる神
エホバ・ツァディクヌ	わたしの義である神
エホバ・ニシ	(愛で布のように) 覆ってくださる神
エホバ・シャローム	平和の神
エホバ・シャンマー	ここにおられる神
エホバ・ロフェカ	病気をいやしてく下さる神
エホバ・イルレ	必要を満たしてく下さる神
エホバ・イエズリー	わたしを助けてくださる神

2分目「神の国を求める」

御国を来たせたまえ

「神の国」では神様がすべてを完全に支配しておられ、そこに住むひとびとは、たがいに愛し合い、ゆるし合い、仕え合い、助け合って、生活します。神の国では、傷ついたものがいやされ、壊れたものが回復され、裂かれたものが再びつながり合わされます。地球のすべての場所が神の国となるように、祈りましょう。自分の心の中、家庭の中、職場の中、学校の中、争い合う人々の中に神の国が来るように、祈りましょう。わたしたちの国、日本に神の国が来るように、祈りましょう。

3分目「神の心を求める」

御心の天になるごとく、地にもなさせたまえ

天国では「神の心」が完全に行われています。しかし地上では、人間に自由意志が与えられていますので、わたしたちは神の心に反することを行うことができますし、神の心を悲しませるようなこともやってしまいます。天国で神の心が完全に行われているように、自分の心の中でも神の心が行われるように、祈りましょう。自分の思いが神の思いとひとつにされるように。自分の願いが神の願い

とひとつにされるように。自分の意志が神の意志とひとつにされるように。祈りましょう。

4分目「自分の必要を求める」

われらの日用の糧を今日も与えたまえ

「日用の糧」とは、日々の生活において自分になくてはならないものを、神に願い求めることを意味します。自分が健康な生活、良い生活、きよい生活、ただしい生活をするうえで必要なものを、なんでも神様に願い求めましょう。

また、自分の家族、友人、職場の同僚、教会の仲間たちのために、必要を覚えて、なんでも神様に願い求めましょう。

5分目「罪のゆるしを求める」

われらに罪を犯す者を、われらが赦すごとく、われらの罪をも赦したまえ

自分の良心の声に静かに耳をかたむけましょう。もし神の前に罪を犯していたなら、心が重く感じたり、曇ったように感じるでしょう。わたしたちが神の心に従って歩んでいるかどうかを、良心がわたしたちに教えてくれます。

自分の罪に気づいたら、すべてそれを正直に神様に話して「イエスの十字架によってゆるしてください」とお願いしましょう。イエスの十字架はすべての罪を完全にゆるし、きよめる力があります。

罪のゆるしを求めるとき、注意する点が三つあります：

1. まず自分が他のひとをゆるすことです。他のひとをゆるしていないのに、自分だけ先に神にゆるしてもらおうとするのは、都合が良すぎます。
2. 神様に罪のゆるしを求めたなら、ゆるされた」と信じるのが大切です。たとえ「まだゆるされていないような感じ」がしたとしても、その「感じ」にひっぱられてはいけません。
3. 自分が立派な、効果的な祈りをささげたから、ゆるされる、というわけではありません。たとえ貧弱な祈りであっても「イエスの十字架に力がある」からこそ、ゆるされるのです。自分の祈りの力を信じるのではなく、十字架の力を信じるのが大切です。

6分目「悪魔からの守りを求める」

われらを試みに遭わせず、悪より救い出したまえ

自分が特に弱さを持っている点について、神様が悪魔から守ってくださるよう祈り求

めましょう。タバコの誘惑、アルコールの誘惑、性的な誘惑、人からほめられたいという誘惑、人を支配したいという誘惑、お金が欲しいという誘惑。さまざまな誘惑があります。次のような祈りをすることが出来ます：

「おとうさま。わたしは〇〇〇という弱さを持っています。どうかわたしを、イエス様の血潮で取り囲み、覆ってくださり、悪魔のすべての攻撃から完全にお守りください」
この祈りを、家族、友人、職場の同僚、教会の仲間のために、とりなしの祈りとしてささげる場合は、次のように祈ることが出来ます：

「おとうさま。×××さん（相手の名前）は〇〇〇という弱さを持っています。どうか×××さんを、イエス様の血潮で取り囲み、覆ってくださり、悪魔のすべての攻撃から×××さんを完全にお守りください」

7 分目「父に栄光をささげる」

国と力と栄えとは、限りなく汝のものなればなり

すべての栄光を神様にお返しします。 ずばらしい奉仕をして、みんなからほめられた。自分ってなんてすごいだろう。それにくらべて、あのひとは……」という思いは、高慢という罪です。悪魔は、もともとは天国でワーシップリーダーをしていた天使だったと言われています。ところが、高慢の罪を犯したために、悪魔になってしまいました。高慢の罪を避けるためにはどうしたらいいのでしょうか？ すべての栄光を父なる神にお返しすればよいのです。 できた！ やった！ すごい！ と思うことは、すべて父なる神が与えてくださった祝福と恵みによることです。ですから、すべての栄光を父なる神にお返しするのです。

次のような祈りをすることができます：

「おとうさま。すべての栄光をあなたにお返しします。わたしは、あなたの栄光を盗みません。わたしは、あなたの栄光に手をつけません。国と力と栄光は、すべて、おとうさま、あなただけのものです」

最後に「イエスの名前」で求める

祈りの最後は、「イエスの名前によって祈ります」という言葉でしめくくります。なぜならイエス様が次のように言われているからです：

「あなたがたがわたしの名によって何かを父に願うならば、父はお与えになる」 ⅲハネ 16:23)



霊的形成に役立つ信仰書

敬虔文書と呼ばれるもの

アウグスティヌス『告白』 岩波文庫 上・下
トマス・ア・ケンピス『キリストにならいて』 教文館 キリスト教古典叢書
イグナチオ・デ・ロヨラ『霊操』 岩波文庫
ジョン・ウェスレー『キリスト者の完全』 インマヌエル綜合伝道団出版局

古典的なもの

サムエル・ブレングル『聖潔をめざして』 救世軍出版供給部
レター・B・カウマン『荒野の泉』 福音文書刊行会
C.S.ルイス『キリスト教の精髓』 痛みの問題』 慰しみをみつめて』 新教出版社
ウォッチマン・ニー『キリスト者の標準』 いのちのことば社
ミシェル・クオスト『神に聴くすべを知っているなら』 日本基督教団出版局

霊的形成と健全さについて

リタ・ベネット『心のいやしと解放』 生ける水の川

霊性の歴史について

ホアン・カトレット『目で見える霊性の歴史』 中央出版社

現代のもの

フィリップ・ヤンシー『だれも知らなかった恵み』 いのちのことば社
ヘンリー・ナーウェン『いま、ここに生きる—生活の中の霊性』 あめんどう
ウォルデマール・キッペス『スピリチュアルケア』 サンパウロ

ケルト教会の霊性

デービッド・アダム『喜びに生きる知恵』 いのちのことば社



内的生活を養うことについて

ヴィクトリア・デヴァヴァラム大佐補

救世軍人の霊的生活について検討するために、大将によって 1996 年に設置された万国霊的生活委員会は、その研究結果を 1998 年に『救世軍人への呼びかけ』と題する文書として提出しました。2000 年 4 月に開催された救世軍インド指導者会議 (COIL) は、これに対して応答するかたちで、『インドにおいて神の民として招かれる』と題する文書を独自に起草しました。その中から、ヴィクトリア・デヴァヴァラム大佐補が内的生活の重要性について書いている部分を以下に抜粋しました。大佐補は現在、救世軍インド・ナショナル・オフィスにおいて、女性諮問会議の書記をつとめています。

内的生活

内的生活の修養を行うことは、神がわたしたちに与えようとしておられるものを見出し、また、神がわたしたちをどのような者にしようとしておられるかを見出す助けとなる。内的生活の修養は、わたしたちを神に近づけ、より深く神を知るようにさせる。

『救世軍人への呼びかけ』に記された次の言葉を思い起こそう。「ムーブメントとしての私たちの霊的生活の活力は、伝道と奉仕ということで世界に向かっていくことの中に見られ、また、試されますが、私たちの霊的生活の源泉は、礼拝において神に向かうこと、聖霊による規律ある生活、そして神のみことばを学ぶことの中に見いだされるもののなのです」

偽善と本物の霊性

他者から尊敬を得ようとして、うわべの霊性を装おうとする誘惑に、わたしたちは遭う。イエスは偽善について警告された。当時ファリサイ派の律法学者は、自分の霊性を人に見せびらかしていた。公衆の面前で祈ることを好み、断食によって人目を引こうとし、慈善的な援助を公衆の前で行った。偽善者だったのである。偽善者 (hypocrite) という言葉の原義は、俳優を意味する。当時の俳優は、お面をかぶって、自分とは別の人格を演じた。これは、演劇の世界では通用する。しかし、実際の生活において、霊性という仮面をつけることは、本物の宗教ではない。ファリサイ派の律法学者は、落とし穴に陥っていた。律法学者は聴衆の歓心を買おうとしたが、敬虔をよそおう仮面は、自分の現実の生活からかけ離れたものであった。神はそうした見せかけを見抜いておられた。イエスは弟子たちに、ひとりひそかな場所で、祈りの生活を養うよう教えられた。人目を引こうとしたり、人の賞賛を求めたりしないためである。弟子たちは、自分の部屋にひきこもって祈るよう言われた。神の臨在の中で時を過ごすためである。

内的生活を維持する

内的生活は、木の根にたとえることが出来る。土に隠れた、強く、すこやかな根が、幹や枝、葉、果実に栄養を送る。日照りが続くと、高い樹木は枯れて、倒れてしまう。根が十分な水分と栄養を、木に供給することが出来なかったからである。預言者エレミヤは、常に主に触れている信仰者の姿を、生き生きとした筆致で描いている。「祝福されよ、主に信頼する人は。主がその人のよりどころとなられる。彼は水のほとりに植えられた木。水路のほとりに根を張り／暑さが襲うのを見ることなく／その葉は青々としている。干ばつの年にも憂いがなく／実を結ぶことをやめない」（エレミヤ 17:7-8）

わたしたちが、日々主から新しい力をいただかないなら、わたしたちはすぐ干上がってしまう。豊かな実を結ぶしもべになりたいと願うなら、主に結びついていることが重要である。（ヨハネ 15:1-8、16 参照）

わたしの内なるキリスト

クリスチャンにとって、キリストの生命こそが、唯一の命である。キリストの生命は、信仰と祈りと御言葉を通して、わたしたちの内に注がれる。クリスチャンとして生きるとは、キリストがわたしの内に生きてくださることである。パウロが「生きているのは、もはや、わたしではない。キリストが、わたしのうちに生きておられる」と書いた通りである。わたしたちのもつ霊的な美しさはすべて、わたしたちの内に作り出されたキリストの生命そのものである。それは、樹木の命が枝を通して運ばれ、実を結ばせるのと似ている。信仰の宣言をして約束すれば、人はキリストと結ばれるかもしれない。しかし、本当に信仰と愛によってキリストに結びついていないなら、キリストの生命がわたしたちの内に満ちることは、あり得ない。

内的生活の修養

1. 祈りの最優先

内的生活は、ただ、神との日々の交わりの上のみ築き上げられる。このために日々、御言葉を味わい、祈りの人となる必要がある。本物の祈りは命を生み出し、命を変革させる。ウィリアム・ケアリーはこう書いている。「かくれた、熱心な、真実な祈りは、敬虔な品性のすべての根幹を成すものである」 祈禱会を導くために時間を作って準備したものの、賛美会のような集会になってしまうことがある。日常の生活からまったく退いて、祈りの生活を養うことは、やろうと思えば出来ることである。しかし、神との豊かな交わりを持ったとしても、それを、日常の生き方の中へ移すのに失

敗することもある。真実な祈りは、わたしたちの生き方にそのまま反映され、生き方において試されることを、神はご存知である。

神は、わたしたちが何をしたかより、わたしたちが何者であるかにより大きな関心を寄せられることを、知らなければならない。わたしたちと神との関係は、神に対する奉仕に先立つものである。

2. 密室の祈り

密室の祈りとは、朝と夜に時間を取り分け、ひとりきりで神と共に過ごし、神の臨在を楽しむことである。イエスはしばしば退いて静かな場所へ行き、祈られた。マルコによる福音書にこう記されている。「朝はやく、夜の明けるよほど前に、イエスは起きて寂しい所へ出て行き、そこで祈っておられた」（マルコ 1:35） イエスは激しい労働をされたが、そのすべてから退いて、ひとり父なる神のみまえて過ごされた。

沈黙の重要性。ひたすら神に聴くこと。自分の本当の姿を発見することの大切さ。これらを、わたしたちは見出しつつある。神が、神であられるゆえに、神を賛美し、神をあがめよう。また、神がわたしたちのためになしてくださったみわざのゆえに、神を賛美し、神をあがめよう。

神と過ごす時は、良心の糾明と罪の告白の時でもある。良心の糾明とは、主の光によって心を探っていただき、自分の本当の姿を暴露されることである。そうすることで、わたしたちは罪を告白し、きよめていただくことが出来る。希望も恐れも、問題も必要も、すべて携えて、主のみまえに出よう。自分の立てた計画を、祈りの中ですべて神にお知らせするなら、謙遜へと導かれる。なぜなら、主の臨在の中でのみ、わたしたちは自分の無力を知り、神の聖潔を知るからである。祈りとは、自分の無力と足りなさを表明することである。それにより、わたしたちは神の力を求めることが出来るようになる。ダビデはこう祈った。「神よ、どうか、わたしを探って、わが心を知り、わたしを試みて、わがもろもろの思いを／知ってください」（詩篇 139:23-24）

讃美歌作者は「聖なるものとなるために、時間を取りなさい」と書いている。就寝する前に、数分間の時間を取り、今日一日どのように神と歩んだか、すべて振り返るのは、よい習慣である。毎日こうしたことをしなければ、自分でも気づかないうちに信仰が後退し、霊的な感覚と良心の鋭さを失うことになる。

イエスは、偉大なとりなしの祈り手であられた。イエスは御自分のために祈り、弟子たちとすべての信仰者のために祈られた。わたしたちが生まれて来る以前から、すでにイエスは、わたしたちを覚えて、とりなしの祈りをささげておられた。わたしたち

のために日々とりなしの祈りをささげておられるお方に、わたしたちは祈りを通して、近づくことが出来る。（ヘブライ 7:25）

3. 他者のために祈る

他者を覚えて祈ることは、祈りを謙遜にさせ、祈りを結び合わせ、祈りを豊かにする。他者のために祈る上で重要なことは、わたしたちが神に触れることによって、神の命と力が、わたしたちを通して、他者に流れて行くことである。わたしたちが、他者に対する同情心と関心を神から与えられているなら、他者のために祈ることを通して、わたしたちの信仰は成長し強められる。心のうちに同情心を感じることは、神が他者のための祈りの負担を自分に与えておられる、明らかなしるしである。わたしたちの助けを必要とする、危機的状況に置かれている現代人のために、わたしたちはまず祈りのつとめに最大の力を注ぐ。たとえば、近所の未信者の家族を覚えて祈るときや、ものごとが最悪の方向に進んでいるとき―父親が家族を見捨てて家出したとか、戦友の仕事が過酷な状況にあるときなど―こうした知らせを聞くとき、わたしたちは連帯意識を持ち、問題を抱えている人々を覚えて、祈り求める。

指導者は、人々との関わりを持つ仕事である。神は、わたしたちが同労者と共に働くようにと召された。心を開いてお互いに交わることが出来なければ、お互いの間の誤解はすぐに高まり、分裂をもたらす。こうして悪魔は、クリスチャンの間に分断をもたらす。それゆえ、人と接するにあたって、わたしたちは細心の注意を払わなければならない。他者のために祈ることを、わたしたちが学ぶなら、相互への祈りと関心とが高められる。

教会が健全であるかどうかは、定例の祈祷会の出席人数や祈りの雰囲気によって、判断することが出来る。わたしたちが常に神に触れているなら、神は喜んでわたしたちの祈りに応えてくださる。

4. 御言葉を毎日学ぶ

日々御言葉を学ぶことによって、わたしたちの祈りを、神の価値に根付かせることが出来る。御言葉を学ぶことで、わたしたちの思いはキリストに似た者へと訓練され、神の御言葉がわたしたちの思いを形づくるようになる。

5. 瞑 想

瞑想は、日々の生活からしばらく退き、神に結びつき、イエスをみつめ、神の御言葉を聴くことにより、神と交わり、神と会話する機会である。神のみまえで心と思いを

静めるには、修練が必要である。沈黙し瞑想することで、思いを神だけに向け、神の属性―神の聖潔、神の栄光、神の契約の愛など―について、静かに思いをはせる。詩編第1編で、詩編作者はこう歌っている。「さいわいである…このような人は主のおきてをよこび、昼も夜もそのおきてを思う（瞑想する）」 これらの人々は、神の心の近くにいる人々であった。神が彼らに語られたのは、彼らに特殊な能力があったからではない。彼らが、ひたすら神に耳を傾けようとしたからである。

信仰者が、礼拝の中で自由を見出せない理由は、神の属性や神の御人格について瞑想するのを怠っているからである。聖書研究の第一の目的は、神を知ることにある。

クリスチャンの瞑想は、内的な健全さへと導き、わたしたちが社会悪に立ち向かって行くのに必要な、霊的識別力を与える。わたしたちは、今のこの時代の出来事について瞑想し、片手に聖書、片手に新聞紙を持って、出来事の重要性を悟ろうとする。わたしたちは、この時代の出来事を神のみまえに携えて行き、その出来事が何をもたらすかを識別するために、神からの預言者的な洞察力を求める。さらに、どんな個人的事柄についても、神の導きを求めることにより、腐敗し闇を増している世界の中であって、わたしたちは地の塩、世の光となって行く。

6. 克己と断食

克己とは、ひたすら神をみつめ、聖霊のお取り扱いに集中するために、役立たないと思われるものはすべて、それなしで済ませることである。

断食は、神を中心にして行わなければならない。断食は、神の導きで始め、神の導きでなされなければならない。預言者アンナのように、わたしたちも断食をして礼拝をささげる必要がある。断食すると、自分を支配していたものが何であるかが、明らかになる。それが信仰者にとって、イエス・キリストの似姿に変革されるための機会となる。

わたしたちは、自分の内にあるものを、食べ物や良いもので覆い隠そうとする。しかし、断食することにより、覆われていたものが、表にあらわになって出てくる。怒り、苦々しい思い、嫉妬、争い、恐れなど、自分の内側にあったものが、断食している間に、表に出てくる。最初のうちは、怒りの原因は空腹にあるのだと考える。しかし、ついには、自分の内に怒りの霊があることを知るに至る。だが、それに気づいてなお、喜ぶことが出来る。なぜなら、キリストの力が、必要ないやしをもたらしてくださるからである。人間の願望や欲望は、堤防を越えて溢れる川に似ている。断食することにより、欲望という川を、正しい方向に流れさせることが出来るようになる。ダビデ

王は「断食してわが身を苦しめた」と書いている。個人的な利益のために、断食が強調されすぎているきらいがある。いわく、力の注ぎを得るため。いわく、聖霊の賜物を得るため。いわく、病気のいやしのため。いわく、祈りの応えを得るため等々である。断食の目的は、自分の思いを神中心にする、ということではない。

7. メンターと霊的助言者

霊的成長の助けを得るために、メンターや霊的助言者を持つことは、多くのクリスチャンにとって有益である。人生は、多くの挑戦と困難に満ちている。霊的に成熟した人が、霊的に未熟な者をときどき指導し、主にあつて強く成長するまで導くのは、良いことである。これは、新しい回心者にも、信仰から後退した人にも言える。両者共に、主との深い関係へと霊的に導いてくれる助言者を、必要としている。

8. 修養会

近年、救世軍の中で、修養会を持つことの意義が再発見されて来ている。士官や下士官にとって、事務的なことを抜きにして、霊的に豊かにされ、新しくされる機会となる。修養会は、参加者を神に近づけるだけでなく、ひとつの交わりと目的を通して、参加者がお互いに近づく機会となる。

霊的訓練の方法

1. 聖霊の働きに服する

毎日より一時間、聖霊に祈り、自分の人生の中で聖霊が新しく力強い仕方でみわざを始めてくださいよう願い求める。それを今週一週間続ける。自分がなすべき分は、ただまったく自分を神に明け渡すことであり、心の扉を開き、聖霊が入って来てくださって、思いと生き方を変えて下さるよう、願い求める。

2. 御霊の実を結ぶ

毎日 15 分の時間を取って、御霊の実について瞑想する。

自分の生活の中で、御霊の実の中のどれが必要であるかを見させてくださるよう、神に願い求める。そして、聖霊が自分の心と思いの中に働いてくださるよう祈り求め、神との交わりを保ち続けるなら、必ず変化が訪れることを信じる。

3. 決断するに際して聖霊の助言に聴く

聖霊の最も基本的かつ重要な働きは、導きを与えることである。

聖潔の追求

神の民として、わたしたちは、神に用いられ、働きを祝福されたいと願っている。しかし、神は、きよい器しかお用いになることが出来ない。ときに神は、わたしたちが汚れているにもかかわらず用いてくださることも、事実である。しかし、それでよしとしてはならない。神の民は、聖潔の生活によって、しるしをつけられているべきである。きよくなるとは、日々おのれを神に服させることである。わたしたちは神のものであり、利己的で邪悪な習慣を捨て去らなければならない。聖潔とは、わたしたちの心と性質とが、新しくされ、変革されて、イエス・キリストの似姿へと成長させられることである。

聖潔は成長するものであり、聖化の過程が進むには、修養を必要とする。冶金工である神御自身が、わたしたちを鍛錬し、火によって純化し、不純物を除去してくださる。それにもまして重要なことは、わたしたちが聖なる器として、高貴な目的に用いられ、主の御用に役立つものとされることである。内なる人がきよめられ、全き者とされるなら、神は、神の御名をわたしたちに刻みつけ、選びの器として用いてくださる。

聖霊の内住

信仰者は、聖霊が住まわれる神殿である。（コリントー 3:16、6:19） 神は、聖霊の人格を通して、信仰者の中に働かれる。聖霊は、信仰者に靈感を与えて、祈らせ、瞑想させ、高潔な生き方を求めさせ、恵みの手段を用いさせ、他者に対する同情心を抱かせ、福音を宣べ伝えさせ、信仰と仕事の間に調和を作り出させる。しかし、多くの人は、霊的な修養を、聖霊の力を抜きにして、自分自身の力でやろうとする。生きる命を与え、活力を与え、エネルギーを与える聖霊のみわざを、失ってしまう。神は、わたしたちの人生の主導権を握りたいと願っておられる。わたしたちが愛と喜びと平和をもって生きる姿を、神は見たいと願っておられる。イエスは、聖霊が来て、わたしたちの内に住まわれると、はっきり言われた。自分自身を開いて、生ける神のエネルギーに満ちたみわざを、受け取るべきである。

聖霊の働き

聖霊のみわざを体験するには、聖霊に心の中に入ってくださいようお願いし、御霊の臨在・御霊の思い・御霊の言葉で満たしてくださるようにと、求める必要がある。（ルカ 11:13） 聖霊は、わたしたちに力を与える。聖霊は、神として、わたしたちひとりひとりの中に住

まわれる。聖霊の畏怖すべきお働きに対して、自分自身をまったく明け渡すことが、わたしたちのつとめである。心の扉を開くなら、聖霊は入って来られて、わたしたちの内なる生活を変え始めてくださる。その結果、罪の告白に導かれることがある。聖書は、聖霊がいくつかの方法で、ひとの心と思いと生活の中に働かれることを、記している。聖霊は、わたしたちに、キリストにある一致の意識を与え、すべての真理に導き、神への礼拝を助け、わたしたちの決断を導き、聖書の学びに光を与え、行動を動機づけ、他者に信仰をあかしするに際して、正しい言葉を授け、他者に信仰をわかち合うに際して、わたしたちの思いと言葉をくだいて、やわらかにしてくださる。

パウロは、御霊に従って生きる責任について述べている。わたしたちが、御霊に従って歩むなら、御霊の実を豊かに結ぶ。（ガラテヤ 5:25）

神は、キリストをあかしするために、わたしたちを選び、力を注がれた。わたしたちは、福音を宣べ伝える。それは、罪人を警告し、回心させ、生活の中に福音の実を結ばせる（ガラテヤ 5:22）。そして、神の特別な賜物を活用することによって、キリストの教会が建て上げられて行くのである。





靈的に成熟した人？

靈的形成が目指す「靈的成熟」とは、結局のところ、どのようなものなのでしょう。ひとことで「イエスに似た者」とよく言われますが、いまひとつ漠然としていて、イメージがつかめません。かと言って、はっきりとした具体例を挙げることは、出来上がったひとつの型を示すことになり、その結果、「型を真似さえすればよい」という間違った考え方を抱いてしまう危険があります。

そうした危険が存在することも、十分認識しながら、「靈的に成熟したひと」の参考となる人物像をご紹介したいと思います。以下は、ホスピスでの臨床牧会ケアを指導しているカトリックのウアルデマール・キップス師による、スピリチュアルなひとの性質と、スピリチュアルでないひとの性質です。

スピリチュアルなひとの性質

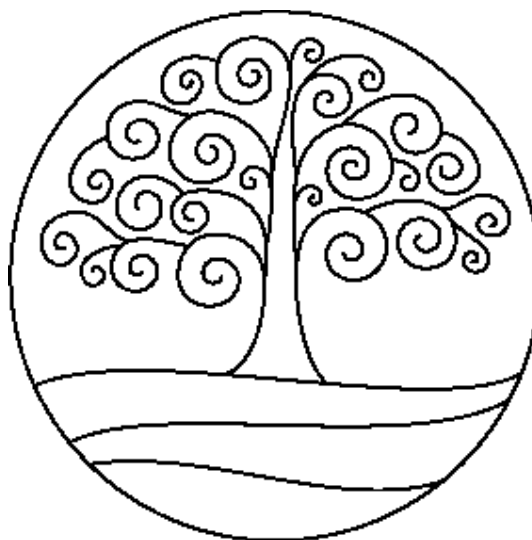
- ◆ 本物（本物）＝自分であること。
- ◆ 心・霊・魂の体験を持ち、あるいはこうした体験を期待していること。
- ◆ 過去でなく「今」、どこかではなく「ここ」にいること。自分で責任を取れる人間であること。
- ◆ 期待して待つこと。
- ◆ 病んでいる人から学ぶ心構えを持つこと。
- ◆ 病んでいる人を活かすこと。
- ◆ 病んでいる人を同じ人間同士として相手にすること。
- ◆ 計画どおりではない状態、コントロールのできない状況に耐えること。
- ◆ 人間は万能ではなく、限界のある存在であり、死ぬことと死を認識していること。
- ◆ 自分自身の遺言や葬儀のやり方を作成する勇気を持つこと。
- ◆ 解決できない問題を生きること、あるいはその問題と共生すること。
- ◆ 自他の尊厳。
- ◆ 自他を大切にすること。
- ◆ 謙遜、柔和であること。
- ◆ 自愛。
- ◆ 真理に基づいている人生を送ること。
- ◆ 真実を語ること。
- ◆ 沈黙や静けさに親しんで、それらに慣れていること。
- ◆ 祈れること。
- ◆ 独りでおり、孤独や疎外されていることを耐えること。
- ◆ 退屈を耐えること。

- ◆ 無力を耐えること。
- ◆ 何々をする人より、何々である人になることに中心をおくこと。
- ◆ 物事をゆっくり味わって生きること。
- ◆ 信頼できること。
- ◆ 不思議がる心を持つこと。
- ◆ 感動する心。
- ◆ 自分の価値観、長所を知っていること。
- ◆ 自分の哲学と人生観を持ち、人生の意義即ち、生きること、苦しむこと、死ぬこと、死の意味を追求すること。
- ◆ スピリチュアルな人とは、以上の特質を完璧に持っていることを意味するのではなく、これらの状態を目指し、身に付けようとする目標を持っている人である。

スピリチュアルでない人の性質

- ◆ 人生の意義とおもな目標として、贅沢・飲食・金儲け・株・出世・名誉・権力・権威を追及すること。
- ◆ 人間は何でもできると思うこと。
- ◆ 物事を生産的・効率的観点からのみ判断すること。
- ◆ 人間を機械のように考え、取り扱うこと。

出典：ウォルデマール・キッペス『スピリチュアルケア』サンパウロ、pp. 182-185.





付録・万国霊的生活委員会の報告からの抜粋

1996年に救世軍人の霊的生活に関する万国委員会が結成されました。委員会のメンバーは様々な文化的背景を持つ人たちで、救世軍人の霊的生活について、献身的に検討しました。その結果が、「霊的生活に関する万国委員会の報告」として、1998年に発表されました。以下は、その中から、霊的形成に関連のある部分を抜粋したものです。

内なる生活の規制

私たちの信仰生活のため、また、戦いに備えるには、内なる生活を絶えず養うことが非常に重要である、ということを私たちは確認します。内なる生活の規制には、一人になること、祈りと瞑想、学び、克己などが含まれます。一人になり、神との時間をもつ時、静寂の重要性を発見し、神に聞くことを学び、本当の自分自身を発見するのです。祈る時に、私たちはユニークな対話をするることになり、神をたたえ、告白し、嘆願し、とりなしをします。瞑想する時に、私たちを変える神のことばに心を傾けます。学ぶ時に、神のことばによって私たちの思いを形造っていただくので、自分の心がキリストに似たものになるようにと向きを変えていくのです。克己を実践していく時に、私たちは神に焦点を合わせ、霊的に鋭敏になっていくのです。欲望がどれほど私たちを支配してしまうかを明らかにし、さまざまなものを剥奪され、欠乏の中に生活する人々に近づき、その苦悩を経験し、共感し、そのために行動するようになるのです。

共に生活する上での規制

私たちは世界の救世軍人のユニークな交わりを確認します。聖霊による一致の特徴は、私たちがビジョンを共にすることと、使命と、喜んで働くことです。共に生活する中で、私たちは互いの霊的福祉に対する責任を共にします。私たちの霊的生活の活力は、お互いに対する責任によって高められます。責任という規制を実行する時、私たちの霊的ビジョンは客観的になり、私たちの決断は更にバランスの取れたものとなり、交わりの知恵を得、自分の考えを明瞭にし、また、それを試す手段を得るのです。そのような霊的方向性は、グループによって、または、個人によって、与えられるのです。お互いに対して責任をもつ時に、失敗や罪を告白し、確かな赦しとキリストにある望みを受ける機会が与えられるのです。

この世における生活の規制

キリストにすべてをゆだねるには、飾りけ無く、ゆだね切った、奉仕の生活をする必要がある、と私たちは確認します。飾りけ無く過ごす時に、私たちは自分の語るメッセージと共に、自分の生きる生き方によって、その価値観をこの世に表す人となるのです。このことが痛んでいる世界の救いといやしのために、己を与える働きとなり、社会的不義に対して預言者のように証言をすることになるのです。

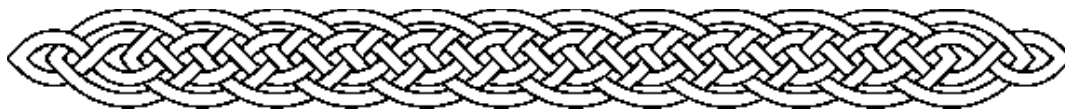
きよめの教理

聖書の教えと一致した経験や表現の多様性を認め、それを重んじながら、自分たちの文化の中で、今の時代の言葉で、個人的、相關的、社会的、政治的なあらゆる次元で、きよめの教理を述べ、それを生きていくようにと、私たちは世界中の救世軍人に呼びかけます。

内省と社会的行動

この世界に対する外へ向けての動きにおいて、私たちが神と一つになるには、私たち自身からの神へ向けての内なる動きが必要です。キリストは「世に出て行きなさい」という前に、「わたしのもとに来なさい」と言っておられます。この二つの動きは息を吸うことと吐くことと同様に、お互いに関係があります。一つの動きだけをして、もう一つの動きをしないならば、死んでしまいます。どちらの動きもする時に、生きることが出来るのです。





祈りのリゾース

ケルトの祈り

主よ、取り散らかったわたしの人生を、
まとめることができるよう、お助けください。
自分自身を整え、単純な生き方へと、進ませてください。
主よ、どうか、自分の心の声に耳を傾けることができるよう、
お助けください。
変化を恐れるのではなくて、
変化を喜んで受け入れることができるよう、
わたしを教えてください。
主よ、わたしの心の中にわき起こっている、これらの思いを、
あなたにおささげします。
不満な思いを、おささげします。
いらだつ思いを、おささげします。
疑う思いを、おささげします。
失望する思いを、おささげします。
わたしの心の中にある、すべての願望を、おささげします。
変化の兆しであり、成長の兆しでもある、
これらすべての思いに、
いま、耳を傾けることができますように。
真剣に耳を傾けて、それらの思いに導かれ、
やがてそれらの思いを突き抜けて到達するところの、
開かれた、広々とした場所で、
深呼吸をすることができますように。

ノーザンブリア共同体の「ケルトの日々の祈り」より

願わくは、あなたの前に、道が上って行くように
願わくは、あなたの背を、風がいつも押すように
願わくは、あなたの顔を、陽が暖かく照すように
願わくは、あなたの畑を、雨が優しく潤すように
私たちが、再び相まみえる日まで
願わくは、あなたの手を、神が握っていてくださるように

スコットランドの祝祷

わたしの頭の上におられる、三位一体よ
わたしの足の下におられる、三位一体よ
わたしのこちら側におられる、三位一体よ
わたしのあちら側におられる、三位一体よ
この大地の中におられる、三位一体よ
あの大空の中におられる、三位一体よ
天に住んでおられる、三位一体よ
海に満ちておられる、三位一体よ
あらゆる場所におられる、三位一体よ
ああ、わたしと共にいてください

ケルトの祈りより

もし、心が正しければ
品性が美しくなる。
もし、品性が美しければ
家庭が穏やかになる。
もし、家庭が穏やかになれば
国の治安が良くなる。
もし、国の治安が良くなれば
世界が平和になる。
だから、そうなるように。

スコットランドの祝祷

ああ、神さま
よろしくおねがいします
海は、すごく広いのに
おれの船は、ちっぽけだから

漁師の祈り
「ケルトの祝祷と祈り」より



希望で 中を 満たし
失望を 外へ 追い出してください

神よ わたしを 囲み
平安で 中を 満たし
騒ぐ思いを 外へ 追い出してください

神よ わたしを 囲み
静けさで 中を 満たし
嵐を 外へ 追い出してください

神よ わたしを 囲み
力で 中を 満たし
弱さを 外へ 追い出してください

立って、腕を伸ばし、人差し指で自分の周囲にぐるりと円を描きます。これが「カイムの祈り」です。ケルトのクリスチャンたちは カイムの祈りによって、自分と共にある神の臨在を思い起こし、悪からの守りを求めました。カイムの祈りが守りの盾となるのではありません。むしろ、神の臨在は「すでに」わたしたちと共にあるのです。ですから、カイムの祈りをするによって、神の臨在を、リアルなものとして自覚することが出来るのです。

短い祈り

主イエス・キリスト
神の子
救い主
罪人のわたしを
あわれんでください

東方教会のヘシュキストの祈り

イッヒ・ビン・ニヒツ
アバー
イッヒ・ビン・ザイン
(わたしは無です、でも、わたしはあなたのものです)

ドイツの射祷

J. J. (Jesu Juva)
イエスよ、助けてください
S. D. G. (Soli Deo Gloria)
ただ神にのみ、栄光をささげます

バツハの射祷



式文による祈り

天地創造の日に、海を波立たせた風のように
神は、この世界に、動いておられる

砂漠に燃える柴（しば）の、聖なる炎のように
神は、この世界に、生きておられる

出エジプトの紅海を割った、風のように
神は、この世界に、働いておられる

ダビデ王の口から、あふれ出た歌のように
神は、この世界で、歌っておられる

谷を埋める枯れた骨を生き返らせた息のように
神は、この世界で、集めておられる

マリアのからだを光で満たした、天使のように
神は、この世界を、愛しておられる

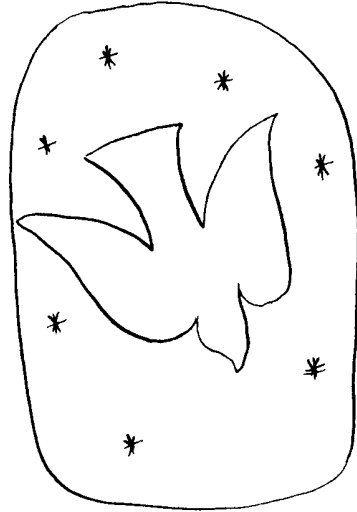
夜中に泣く、幼な子キリストのように
神は、この世界に、来ておられる

洗礼を受けるメシアの上に降った、鳩のように
神は、この世界に、油注いでくださる

いやしをもたらす、救い主の両手のように
神は、この世界を、いやしてくださる

群集に語りかける、イエスの教えのように
神は、この世界に、語っておられる

十字架につけられた主の、荒い息のように
神は、この世界に、いのちをかけてくださる



主を納めた墓の園の、静けさのように

神は、この世界を、じっと待っておられる

死からよみがえったキリストの力のように

神は、この世界を、よみがえらせてくださる

弟子たちに息を吹きかけた、キリストのように

神は、この世界に、息を吹きかけてくださる

ペンテコステの日に下った、炎のように

神は、この世界に、いのちを与えてくださる

祝祷

創造者なる神の祝福、

解放者なるイエス・キリストの祝福、

いのちの与え主なる聖霊の祝福が、

いつも、つねに、あなたと共にあり、

あなたを、造り変えて行ってくださいように。

ひとりの男性として、また、ひとりの女性として、

平和と正義と愛のうちに生きるために、

ここから出て行きましょう、キリストの御名によって。

アーメン

ダグ・ガイ、英国グラスゴー「真夜中の礼拝」

『オルタナティブ・ワーシップ』2003 年より

